ઉચ્ચ જીવનનું અઠવાડીયું.

(Theosophy in Everyday Life.)

અનુવાદક તથા પ્રકાશક,

મણિલાલ નથુભાઇ દોશી. બી. એ.

રતનપોળ-અમદાવાદ.

પ્રથમ આવૃત્તિ. પ્રત. ૧૦૦૦ સન ૧૯૨૦

આ 'સત્યવિજય' પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં શા. સાંકળચંદ હરીલાલે છાપ્યું. ઠે. પાંચકૂવા નવા દરવાજા-અમદાવાદ,

કીંમત એક આનો.

ઉચ્ચ જીવનનું અઠવાડીયું.

પ્રથમ દિવસ.

પથારીમાં અર્ધા જાગતાં અને અર્ધા ઉંઘતાં આળસુ થઇને પડી નહિ રહેતાં જાગતાં વાર ઉઠીને બેઠા થાઓ, પછી અંતઃકરણથી પ્રાર્થના કરો કે સર્વ મનુષ્યોની ઉન્નતિ થાઓ, સત્ય માર્ગે ચાલનારાઓને તમારી પ્રાર્થનાથી બળ મળો અને તેઓ વધારે જીગરથી અને ફતેહમંદ રીતે કાર્ય કરતા થાઓ, અને તેઓ ઇંદ્રિયોના વિકારોને આધીન નહિ થતાં દૃઢ બનો.

તમારા ગુરુદેવ સમાધિમાં બેઠા છે, એવું ચિત્ર તમારા મન મન સન્મુખ ખડું કરો, અને તમારી નજર આગળ તે ચિત્રને સ્થિર કરો. તે ચિત્રની રૂપરેખાને તમારી કલ્પના વડે વિગતોથી ભરો, પછી તમારા ગુરૂદેવને ભક્તિભાવથી સ્મરણ કરો, અને પ્રાર્થના કરો કે કરવા યોગ્ય કામ નહિ કરવાથી અને નહિ કરવા યોગ્ય કામ કરવાથી થયેલાં પાપ માટે ક્ષમા આપવામાં આવે. આથી મનની એકાગ્રતા વધશે, હૃદય પવિત્ર થશે અને બીજા પણ લાભ થશે.

અથવા તો તમારા ચારિત્રમાં રહેલા દોષોનો વિચાર કરો. તેમની અશુભતા અને તેમાંથી મળતા સુખની ક્ષણિકતાનું ચિંતન કરો. અને ફરીથી તેમને તાબે નહિ થવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરો. આ આત્મનિરીક્ષણથી—અંતઃકરણરૂપી ન્યાયાધીશ પાસે તમારી વર્તણુકનો ન્યાય કરાવ્યાથી તમે ધારી પણ નહિ હોય એવી આત્મિક પ્રગતિ થવા માંડે છે.

સ્નાન કરતી વખતે મન સાથે દૃઢ સંકલ્પ કરવો કે મારા શરીરના મેલની સાથે મારા મનનો મેલ પણ દુર થાઓ.

બીજાઓ સાથેના તમારા વર્તનમાં નીચેના નિયમો પ્રમાણે તમારે વર્તવું:—

(૧) જે કાર્ય કરવાનો તમારો ધર્મ અથવા ફરજ નથી, અર્થાત્ જે કામ નકામું છે તે કામ કરતા ના; કોઇ પણ કામ કરતા પહેલાં તે કામ કરવાની તમારી ફરજ છે કે નહિ તેનો વિચાર કરો.

(૨) એક પણ નકામો શબ્દ બોલતા ના. શબ્દ બોલતાં પહેલાં તેની શી અસર થશે તેનો વિચાર કરો. સોબતથી દોરાઇ તમારા નિયમનો ભંગ થવા દેતા ના.

(૩) તમારા મનમાં નિરૂપયોગી કે અભિમાની વિચારને સ્થાન આપતા ના. આ કહેવું સહેલું છે પણ કરવું કઠીન છે. તમે તમારા મનને એકદમ શૂન્ય—વિચારરહિત બનાવી શકો નહિ, માટે પ્રારંભમાં મનને કાંતો તમારા દોષોનું પૃથક્કરણ કરવામાં અથવા તો પૂર્ણ પુરૂષો-મહાત્માઓ—નું ચિંતન કરવામાં રોકો કે જેથી અશુભ કે નકામા વિચારો ત્યાં પ્રવેશ કરી શકે નહિ.

(૪) ભોજન સમયે પણ સંકલ્પ કરો કે તમારો ખોરાક બરાબર પચી જાય, તમારૂં શરીર તમારી આત્મિક ભાવનાઓને અનુકૂળ થાય અને તમારામાં ખરાબ વિકારો કે અશુભ વિચારો પેદા ન થાય. ભૂખ લાગે ત્યારેજ ખાવું અને તરસ લાગે ત્યારેજ પાણી પીવું, તે સિવાય બીલકુલ ખાવું કે પીવું નહિ. જો કોઇ અમુક વસ્તુ ખાવાની તમને રૂચિ થાય તો તે રૂચિને તૃપ્ત કરવા ખાતરજ તે ખાતા નહિ;

આપણે સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ કે તેમાંથી મળતું સુખ ખાધા પહેલાં હતું નહિ અને ખાધા પછી થેાડી પળમા તે જતું રહે છે. વળી તે સુખ ક્ષણિક છે. જે વસ્તુ હાલ તમને સુખ આપે છે તે વધારે પ્રમાણમાં લેવાય તેા તે દુ:ખકારક થાય છે. વળી એથી જે સુખ થાય છે તે માત્ર જીભનેજ થાય છે; વળી અમુક વસ્તુની પ્રાપ્તિમાં બહુ શ્રમ લાગતેા હેાય, છતાં જો તમે તેને વશ થાએા તેા તે મેળવવાને ગમે તેવું પાપકર્મ કરતાં તમે શરમાશેા નહિ. વળી સ્થાયી સુખ આપે એવી એક વસ્તુ છે, ત્યારે ક્ષણિક સુખની પાછળ ભમવું એ તદ્દન મૂર્ખાઇનું કામ છે. તમે પેાતે તેા શરીર કે ઇન્દ્રિય નથી અને તેથી જે સુખ દુ:ખ શરીર તથા ઇન્દ્રિયેાને થાય છે, તેથી તમને પેાતાને કાંઇ અસર થવી જોઇએ નહિ. ઉપર પ્રમાણે વિચાર કરવેા. બીજી દરેક લાલચની બાબતમાં આવાજ પ્રકારની વિચાર શ્રેણીનેા આશ્રય લેવેા. આ રીતે વર્તવામાં તમારા પ્રયત્ન ઘણીવાર નિષ્ફળ પણ જશે, તેાપણ અંતે જરૂર તમે વિજયી થશેા.

બહુ વાંચતા નહિ. જો દશ મિનિટ વાંચ્યું હેાય તેા તે વાંચેલી બાબતપર તેટલાજ કલાક ચિંતન કરવું. એકાંતમાં તમારા વિચારેાની સાથે એકલા રહેવાની ટેવ પાડેા. વળી તમારા સિવાય તમારેા પેાતાનેા ઉદ્ધાર બીજા કેાઇ કરી શકશે નહિ, એ ભાવનાને હૃદયમાં વારંવાર સ્થિર કરેા. અને સઘળી વસ્તુએા પરથી ધીમે ધીમે મમત્વ ભાવ ખસેડી નાંખેા. સૂતા પહેલાં પ્રાતઃકાળની માફક પ્રાર્થના કરેા. તે સમયે આખા દિવસનાં તમારા કાર્યોનું નિરીક્ષણ કરેા, તમારી ભૂલ ક્યાં થઇ છે તે તપાસેા અને આવતી કાલે તેવી ભૂલ ન થાય તેનેા દૃઢ નિશ્ચય કરેા.

બીજો દિવસ.

સ્વાર્થની ખાતર નહિ પણ જ્ઞાનની ખાતર આત્મજ્ઞાન મેળવવું, એ હેતુ આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિમાં હોવો જોઇએ. આ આત્મજ્ઞાન મેળવવાને પવિત્ર પ્રેમ એ મુખ્ય સાધન છે. જ્ઞાનપરના પ્રેમની ખાતર જ્ઞાન મેળવો. અને તેમ કરતાં આત્મજ્ઞાન પણ છેવટે મળશે. અભ્યાસી ઘણીવાર અધીરો બને છે, એજ સાબીત કરી આપે છે કે તે પ્રેમથી નહિ પણ બદલાની આશાથી કામ કરે છે, અને આ ઉપરથી એ પણ સિદ્ધ થાય છે કે પ્રેમની ખાતર કાર્ય કરનારાના ભાગ્યમાં લખેલા મહાવિજયને વાસ્તે તે નાલાયક છે.

આપણી અંદર રહેલો આપણો અંતર્યામી પ્રભુ એજ પ્રેમ, સત્ય, ન્યાય, જ્ઞાન, દયા અને શક્તિનું સ્વરૂપ છે. તેનાપર નિરંતર આપણે પ્રેમ રાખવો જોઇએ, તેનાપરજ આપણો બધો આધાર હોવો જોઇએ, તેનાપર પર્વતની માફક અચલ અને વિશ્વાસ રાખવા લાયક શ્રદ્ધા બેસવી જોઇએ. તે પ્રભુ એજ આપણી આશા છે, કે જે વસ્તુમાત્રનો નાશ થયાં છતાં પણ ડગતી નથી. વળી જ્યાંસુધી આપણું અશુભ કર્મ નાશ ન પામે, અને જ્યાંસુધી આપણો રક્ષક પ્રભુ આપણા આત્મામાં પ્રકટ ન થાય, ત્યાંસુધી સંતોષ રાખજો. ધીરજથી પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય વસ્તુ પણ તેજ છે. જે દરવાજેથી એ રક્ષક દાખલ થાય છે તેનું નામ સંતોષ છે. જે પોતાની હાલની સ્થિતિથી અસંતુષ્ટ છે, તે જે નિયમથી તે સ્થિતિ પ્રાપ્ત થઇ તે નિયમથી અસંતુષ્ટ ઠરે છે. અને પ્રભુ પોતે એ નિયમરૂપ હોવાથી પ્રભુથી જેઓ અસંતુષ્ટ રહે તેમની પાસે તે આવી શકે નહિ.

ઉન્નતિના પ્રવાહમાં આપણે છીએ, એમ જો આપણે એકવાર માનીએ તો પછી દરેક બનાવ તે તે સમયે વાજબીજ ગણવો જોઇએ.

અને અમુક કાર્યો કરવામાં આપણને વિજય ન મળે, તેમાં પણ આપણને લાભ છે. કારણ કે જે સમત્વ અથવા મનની સમતોલવૃત્તિ ઉપર શ્રી કૃષ્ણ ભાર મૂકે છે, તે બીજી કોઇ રીતે આપણે શીખી શકીએ નહિ. વળી આપણી કેટલીક યોજનાઓ અજ્ઞાનપણે રચવામાં આવી હોય, અને તેથી તે જો ખોટી હોય તો માયાળુ કુદરત આપણને તે અમલમાં મુકવા દે નહિ. અમુક યોજનામાં અજ્ઞાનથી થયેલી ભૂલને માટે આપણે કદાચ ઠપકાને પાત્ર ન ગણાઇએ. પણ તે યોજના સફળ થઈ શકશે નહિ એ વાત કબુલ ન કર્યા માટે આપણને પાપ લાગે છે. જે પ્રમાણમાં તમે ઉદાસ બનો છો, તે પ્રમાણમાં તમારા વિચારોનું બળ ઘટતું જાય છે. એક મનુષ્ય કેદખાનામાં પડયો હોય છતાં ત્યાં રહ્યો રહ્યો પણ જનસેવા કરી શકે છે. માટે તમારી હાલની સ્થિતિથી ઉત્પન્ન થતો અસંતોષ દૂર કરવો એવી મારી વિનંતિ છે. તમારી હાલની સ્થિતિ તમારી યોગ્યતા પ્રમાણે ઉચિતજ છે; જો તમારા મનને તમે બરાબર સમજાવી શકો તો તેથી તમારા વિચારની અસર તમારા શરીરપર થશે, અને તમારૂં શરીર પણ મજબુત થતું જશે.

જ્યારે કામ કરવાનો વખત આવે ત્યારે ડહાપણથી કામ કરવું અને જ્યારે કામ કરવાનું ન હોય ત્યારે ધીરજથી રાહ જોવી, અને આ રીતે વ્યવહારના ભરતી ઓટને અનુકૂળ થઇ રહેવું. આ પ્રમાણે સૃષ્ટિના નિયમને અનુસરવાથી મનુષ્ય અજાયબ જેવાં કામો કરવા સમર્થ બને છે.

આ નિયમના અજ્ઞાનથી મનુષ્ય એક વખતે હદ બહાર ઉત્સાહી જણાય છે, અને બીજી વખતે તદ્દન નિરુત્સાહી અને નિરાશ બની

જાય છે. આ પ્રમાણે કુદરતના નિયમનો અજ્ઞાની મનુષ્ય, વ્યવહારના ભરતી ઓટનો સ્વામી થવાને બદલે ગુલામ બને છે. હે અભ્યાસી ! જેને પરાભવની બીતિ નથી અને વિજયની સ્પૃહા નથી તેના જેવો ધીરજવાન બન.

એકઠી થયેલી શક્તિનો નાશ કદી થતો નથી. તેનું જુદું રૂપ થવું જોઇએ, અથવા બીજે રસ્તે તેની ગતી બદલાવી જોઇએ. તે હયાતી ભોગવે અને નકામી પડી રહે તેમ તો કદાપિ બનેજ નહિ. જે વિકારને આપણે વશ ન કરી શકીએ, તેની સામે થવું એ નકામું છે. જો તેની વધતી જતી શક્તિને બીજી દિશામાં વાળવામાં ન આવે તો તે એટલે સુધી વધશે કે છેવટે આપણી ઇચ્છાશક્તિ અને વિવેક બુદ્ધિના પણ કાબુમાં રહેશે નહિ. તેને વશ કરવાને તમારે બીજી કોઇ ઉચ્ચ દિશામાં તે શક્તિને વાળવી જોઇએ. હલકી વસ્તુ પરનો રાગ દુર કરી ઉચ્ચ વસ્તુપર પ્રેમ રાખવો જોઇએ. એવી રીતે દુર્ગુણનું લક્ષ બદલવાથી તે સદ્ગુણરૂપે ફેરવાઇ જશે. વિકારો આંધળા છે. તેને જ્યાં દોરીએ ત્યાં દોરાય છે. અને આ બાબતમાં સ્વાભાવિક વૃત્તિ કરતાં વિવેક બુદ્ધિ વધારે વિશ્વાસ રાખવા લાયક ભોમીઆનું કામ કરે છે. દાબી રાખેલો ક્રોધ (અથવા પ્રેમ) પોતાનો જુસ્સો કોઇ પણ રીતે બહાર કાઢ્યા વગર રહેશે નહિ. એમ ન થાય તો તે તે લાગણી ધરાવનારને હેરાન કરશે. જેમ તોફાન પછી શાંતિ આવે છે તેમ ઉભરો બહાર નીકળ્યા પછી મનુષ્ય શાંતિ મેળવે છે. પ્રાચીન જ્ઞાનીઓ કહી ગયા છે કે કુદરતમાં કાંઇપણ ખાલી જગ્યા નથી.

આપણે વિકારોનો નાશ કરી શકીએ નહિ અથવા સર્વથા તેનો પરાભવ કરી શકીએ નહિ. જો એક પ્રકારના વિકારને દુર કરવામાં આવે તો બીજો વિકાર તેનું સ્થાન લેવાને તૈયારજ હોય છે માટે નીચ

વિકારોને દાબતાં પહેલાં તેનું સ્થાન સારી લાગણીઓને આપવું. અશુભને બદલે શુભ વિચારને સ્થાપવા, દુર્ગુણનું સ્થાન સદ્દગુણને અને વ્હેમનું સ્થાન જ્ઞાનને આપવું.

દિવસ ત્રીજો.

ઈચ્છા દૂર કરવાને, ફળની આશાથી મુક્ત થવાને, તૃષ્ણાથી ઉત્પન્ન થતાં દુઃખથી છુટા થવાને જે આંખ અને કાનને અદૃશ્ય છે, અને જે શ્રવણગોચર નથી તેનાપર મનને સ્થિર કરવા સિવાય બીજો એક પણ ઉપાય નથી.

પોતાનામાં આગળ વધવાની શક્તિ સ્વાભાવિક છે, એનાપર મનુષ્યે વિશ્વાસ રાખવો. મનુષ્યે પોતાના ઉચ્ચ સ્વભાવના તેજથી અંજાઈ જવું નહિ, તેમજ પોતાની ક્ષુદ્ર વાસનાઓ અને હલકા વિકારોને વશ પણ ન થવું.

ભૂતકાળનો ઇતિહાસ આપણને પુરવાર કરી આપે છે કે અડચણથી નાહીંમત કે નિરાશ થવું નહિ. નહિ તો સુધારાની અનેક આશ્ચર્યજનક બાબતો જોવા આપણે ભાગ્યશાળી થઈશું નહિ.

જેણે મુમુક્ષુના માર્ગે ચાલવાનું પસંદ કર્યું છે, તેનામાં આગળ વધવાની હિમતનો મુખ્ય ગુણ હોવો જોઇએ. આ હિંમત શી રીતે આવી શકે? જો આપણી આસપાસ જોઇએ તો આ હિંમત ક્યાંથી લોકોમાં આવે છે, તે શોધવાનું કામ કઠણ નથી. પૂર્ણ આસ્થા—શ્રદ્ધા એજ આ હિંમતનું મૂળ છે.

કેવળ પોતાની શુદ્ધિને માટે નહિ, પણ અશુભથી દૂર રહેવું એ કર્તવ્ય છે, માટે અશુભથી દૂર રહો.

પોતાના ક્ષુદ્ર સ્વભાવ સાથે યુદ્ધ કરવું એજ જગતમાં કરવા

યેાગ્ય કામ છે, એમ જે મનુષ્ય સમજે છે તેજ મનુષ્ય તે ક્ષુદ્ર સ્વભાવ સાથે યુદ્ધ કરીને તેમાં વિજય પામે છે.

'અશુભની સામે થતા ના,' એનેા અર્થ એજ થાય છે કે જીવનના અનિવાર્ય દુઃખમય પ્રસંગેામાં બડબડતા નહિ કે ગુસ્સે થતા નહિ. બીજાની ખાતર કામ કરવામાં સ્વાર્થને ભૂલી જાએ‍ા. બીજા મનુષ્યેા તમારી નિંદા કરે, તમને હેરાન કરે અથવા નુકશાન કરે, તે વખતે શા સારૂ સામે થવું ? સામે થવામાં આપણે મેાટા અનર્થો ઉત્પન્ન કરીએ છીએ.

જે કામ કરવાનું માથે આવી પડે, તે ગમે તેવું હેાય તેા પણ તે કરવુંજ જોઇએ. તે વિશેષ અગત્યનું છે, કે એાછું અગત્યનુ છે, તેવેા વિચાર કરવા યેાગ્ય નથી.

અશુભને દૂર કરવાનેા ઉપાય તેને દાબી દેવામાં નહિ પણ વાસનાએ‍ાનેા નાશ કરવામાં રહેલેા છે. અને વાસનાએ‍ાનેા નાશ મનને નિરંતર દિવ્ય બાબતેાના વિચારમાં સ્થિર કરવાથી સહેલાઇથી થઈ શકે છે. સહેલાઇથી વશ ન થઇ શકે તેવી ઇન્દ્રિયેાને લગતા વિષયેાપર મનને લગાડવાથી અને તેનું વારંવાર હર્ષભેર ચિંતન કરવાથી આત્માને લગતું જ્ઞાન જવા માંડે છે.

આપણેા સ્વભાવ એટલેા હલકેા, મગરૂર અને લેાભી છે, તેમજ પેાતાને રૂચે તેવી વાસનાએ‍ા, વિચારેા, અને અભિપ્રાયેાથી ભરેલેા છે, કે જો બીજી લાલચેાને લીધે તે દાબમાં ન રહે તેા તેનેા સર્વથા નાશ થઈ જાય. લાલચેાને લીધે આપણને આપણી ખરી સ્થિતિનું ભાન આવે છે, અને આપણે નમ્ર બનીએ છીએ. લાલચ વગરના થવું એ શ્રેષ્ઠમાં શ્રેષ્ઠ લાલચ છે, એમ જાણેા. માટે જ્યારે લાલચનેા

પ્રસંગ આવે, ત્યારે આનંદ માનો અને શાંતિથી, દઢતાથી, અને ઈશ્વિરાધીન થઇ તે લાલચની સામે થાઓ.

તમારે પોતાને માટે કાંઈ પણ કરવાનું નથી, એ બરાબર સમજો. પણ તમારે માથે ઇશ્વિરે કેટલીક ફરજો મૂકી છે, જે તમારે અદા કરવીજ જોઇએ. પ્રભુને પામવાની ઇચ્છા કરજો. પણ પ્રભુ કાંઇ આપશે એવી આશાથી તેને મળવાની ઇચ્છા કરતા ના. જે કરવાનું આવી પડે, તે કરવું જોઇએ, પણ તેના ફળની સ્પૃહા કે ઇચ્છા રાખવી નહિ.

જો આપણાં સઘળાં કાર્યો એવી શ્રદ્ધાથી કરવામાં આવે કે તે કાર્યો આપણને પોતાને ઉપયોગનાં નથી, પણ તે કરવા યોગ્ય છે, માટે કરવાંજ જોઇએ,—બીજી રીતે કહીએ તો તે કામ કરવાં એ આપણો સ્વભાવ છે–તો આપણી અંદર રહેલી અહંકાર વૃત્તિ નબળી પડવા લાગશે, અને અંતે તે તદ્દન શાન્ત થઇ જશે, અરે આત્માના ખરા સ્વરૂપનું જ્ઞાન તેના પૂર્ણતેજમાં આપણામાં ઝળકવા લાગશે.

સુખ અથવા દુઃખને લીધે તમારા દઢ નિશ્ચયોથી ડગી જતા ના. જ્યાં સુધી ગુરુ તમને પોતાની સમીપમાં બોલાવે નહિ, ત્યાં સુધી તમે મનુષ્ય જાતિની સાથે રહેા. તેમના વિકાસ અને પ્રગતિ માટે નિઃસ્વાર્થ રીતે કામ કર્યા કરો. આથી જ તમને ખરો સંતોષ થશે.

જે પ્રમાણમાં જ્ઞાનનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે, તે પ્રમાણમાં તે વધે છે. જેમ આપણે વધારે શીખવીએ તેમ આપણે વધારે શીખીએ છીએ. માટે બાળકના જેવી શ્રદ્ધાથી અને દીક્ષિત શિષ્યના જેવી પ્રબળ ઇચ્છાશક્તિથી, હે સત્યની શોધ કરનાર અભ્યાસી !

ઇશ્વરી માર્ગની મુસાફરીમાં જેની પાસે કાંઇ પણ સાધન નથી, તેને તારી સામગ્રીમાંથી કાંઇક આપ.

આ માર્ગના અભ્યાસીએ બરાબર સમજવું જોઇએ કે પોતાના અંગત હકોનો વિચાર કરવો એ અહંકારરૂપી સર્પના ઝેરી સ્વભાવનું જ પરિણામ છે. તેણે બીજા મનુષ્યની ટીકા કરવી નહિ કે બીજા મનુષ્ય પ્રત્યે તિરસ્કાર બતાવવો નહિ; તેમજ પોતાના બચાવમાં કે પોતાની તરફેણમાં એક પણ શબ્દ ઉચ્ચારવો નહિ.

કાંઇ પણ મનુષ્ય તમારો શત્રુ નથી, તેમજ કોઇ પણ મનુષ્ય તમારો મિત્ર નથી, પણ સર્વે તમારા શિક્ષકો છે. આ દુનિયાનું કે સ્વર્ગીય ભુવનનું કાંઇ પણ ફળ મેળવવાની ઇચ્છાથી મનુષ્યે કામ કરવું નહિ, પણ ઇશ્વરી ઇચ્છા પ્રમાણે આપણે જીવન ગાળી શકીએ તેવા ઉદ્દેશથી કાર્ય કરવાં.

વર્તમાનકાળ કે ભવિષ્યકાળના વિચારમાં રમતા નહિ, પણ શાશ્વતકાળમાં વાસ કરજો. એ શાશ્વતકાળમાં અશુભનો રાક્ષસી રોપો ઉગી શકેજ નહિ. અશુભતત્ત્વ જે જીવનના કલંકરૂપ છે, તે નિત્યતાના વિચારના વાતાવરણમાં ટકી શકેજ નહિ. આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિને માટે હૃદયની પવિત્રતા ઘણી જરૂરની છે. આ પવિત્રતા મેળવવાને માટે બે ઉપાયો છે.

પ્રથમ ઉપાય એ છે કે દરેક અશુભ વિચારને દૂર કરવાને સતત પ્રયત્ન કર્યાજ કરો. બીજો ઉપાય એ છે કે સઘળી સ્થિતિઓમાં મનનું સમતોલપણું જાળવી રાખો. કોઇપણ બનાવ અથવા વસ્તુથી ઉશ્કેરાઇ જતા નહિ કે ચીડાઇ જતા નહિ. પવિત્ર થવાના આ બે માર્ગોને પણ ભક્તિ અને દયાથી બહુ પુષ્ટિ મળે છે. આપણે

પવિત્ર નથી, માટે આળસુ બેસી રહેવું અને આગળ વધવાને પ્રયત્ન ન કરવો એ ઉચિત નથી. દરેક મનુષ્યે ઉચ્ચભાવના રાખવી જોઇએ અને તેણે ખંતથી કામ કરવું જોઇએ, પણ તે કામ સીધે માર્ગે કરવું જોઇએ, અને તે માર્ગનું પ્રથમ પગથિયું હૃદયની પવિત્રતા છે.

જ્યારે ક્રોધ થઈ જાય, અથવા અસત્ય બોલાઇ જાય, અથવા બીજાની ભૂલો નિષ્કારણ ઉઘાડી પાડવામાં આવે, અથવા ખુશામતને સારૂ કાંઇ કહેવામાં કે બોલવામાં આવે અથવા આપણા વચનના કે કાર્યના અસત્યપણાથી કોઇ છેતરાય, આ બધે પ્રસંગે મનને શુદ્ધ કરવાની જરૂર છે.

જેઓ મુક્તિની ઇચ્છા રાખે છે તેઓએ કામ, ક્રોધ અને લોભનો ત્યાગ કરવો જોઈએ, શાસ્ત્રાનુસાર વર્તન કરવું જોઇએ, આધ્યાત્મિક તત્ત્વજ્ઞાનનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ અને તેને અનુભવવાને ખંતથી મંડયા રહેવું જોઇએ.

જે મનુષ્ય સ્વાર્થી ઇચ્છાઓથીજ કામ કરે છે તે મનુષ્ય સ્વર્ગમાં જઇ શકે નહિ, કારણકે ત્યાં સ્વાર્થને સ્થાન નથી. જે મનુષ્યને સ્વર્ગના સ્પૃહા નથી, પણ પોતાની વર્તમાન સ્થિતિથી સંતુષ્ટ છે તે અત્યારે પણ સ્વર્ગમાં છે; પણ જે અસંતોષી છે, તેને માટે સ્વર્ગમાં જવાની આશા રાખવી એ ફોકટ છે. સ્વાર્થી ઇચ્છાનો ત્યાગ એજ મુક્તિ અને એજ સુખ છે. અને જે સ્થિતિમાં છુટાપણું અને સ્વર્ગ અનુભવાય તે સ્થિતિ સિવાય સ્વર્ગનો બીજો અર્થ થતો નથી. જે મનુષ્ય ફળની આશાથી કાર્ય કરે છે, તે જ્યાં સુધી તે ફળ મળે નહિ ત્યાં સુધી સુખી થતો નથી, અને જો તેને ફળ મળે છે તો તે મળતાંની સાથે તેના સુખનો અંત આવે છે.

જ્યાં સુધી કાંઇ પણ કામ કરવાનું હેાય છે, અને તે કરવામાં નથી આવતું ત્યાં સુધી શાશ્વત સુખ કે શાન્તિ મળતાં નથી. પેાતાનેા ધર્મ અથવા કર્તવ્ય બજાવવામાં જ તેનું ફળ મળી રહે છે.

જે પેાતાને બીજાના કરતાં વધારે પવિત્ર ગણે છે, પેાતે દુર્ગુણ અથવા પાપથી મુક્ત છે એમ માની જે અભિમાન ધરે છે, જે પેાતાને ડાહ્યેા માને છે, અથવા પેાતાના જાતિ ભાઇએા કરતાં કેાઇ પણ રીતે પેાતાને વધારે ઉત્તમ માને છે, તે શિષ્ય થવાને યેાગ્ય નથી. મનુષ્ય ઇશ્વરીજ્ઞાનના દરવાજામાં પ્રવેશ કરવા લાયક થાય તે માટે તેણે નાના બાળક જેવા થવું જોઇએ. સદ્દગુણ અને જ્ઞાન એ ઉત્તમ બાબતેા છે. પણ તેથી જો અભિમાન ઉત્પન્ન થાય અને મનુષ્ય પેાતાને બીજા માનવબાંધવેાથી ભિન્ન ગણવાને દેારવાય તેા પછી તે સદ્દગુણ અને જ્ઞાન પણ વધારે સૂક્ષ્મરૂપમાં પ્રકટ થતા અહંકારરૂપી સર્પો છે. ઉચ્ચજીવનના માર્ગમાં હૃદય અને તેની લાગણીએાનેા ભેાગ આપવેા અથવા તેનું અર્પણ કરવું એ પ્રથમ નિયમ છે. તેને વાસ્તે ચિત્તને એવું સ્થિર બનાવવું જોઇએ કે અંગત કામનાએાથી તે ડગે નહિ. શુભ વિચારેાને અમલમાં મૂકવાને જરા પણ ઢીલ કરવી નહિ; એક પણ વિચારને કેવળ વિચારરૂપે રહેવા દેવેા નહિ. આ બાબતમાં યેાગ્ય માર્ગ એ છે કે ફળની ઇચ્છાથી નહિ પણ કાર્યની ખાતર કાર્ય કરવું. ફળની ઇચ્છાથી કામ કરવા પ્રેરાવું નહિ. તેની સાથે આળસુ થઇ જવાની વૃત્તિને પણ ઉત્તેજન આપતા નહિ.

શ્રદ્ધાથી હૃદય, વિકારેા અને દુર્ગુણેાથી મુક્ત થઈ પવિત્ર બને છે. એથી શરીર પર કાબુ મળે છે અને છેવટે ઇન્દ્રિયેા પણ વશ થાય છે.

વિશેષ આગળ વધેલા પુરૂષનાં લક્ષણો નિચે પ્રમાણે હોય છે. (૧) તે સર્વ પ્રકારની વાસનાઓ રહિત હોય છે. તે જાણે છે કે આત્મા જ આનંદમય છે, અને બીજું સઘળું દુઃખકર છે. (૨) તેના પર જે કાંઇ આવી પડે તેનાથી તેને રાગ કે દ્વેષ થતો નથી. અને તે કાંઇ પણ ઇચ્છા વગર કાર્ય કરે છે. (૩) તે જીતેન્દ્રિય હોય છે. આ ત્રીજી બાબત પણ ઉપલા બીજા ગુણ સિવાય નકામી અને ઘણી વખત નુકસાનકારક નીવડે છે, કારણ કે તેથી મનુષ્ય ઢોંગ કરવાને અથવા તો પવિત્રતા માટે ખોટું અભિમાન ધારણ કરવાને દોરાય છે, તે જ રીતે બીજો ગુણ પણ પહેલાની ગેર-હાજરીમાં બહુ ઉપયોગી થતો નથી.

જે મનુષ્ય બીજાનું ભલું કરતો નથી, જે મનુષ્ય પોતાના કકડા રોટલામાંથી પણ પોતાના કરતાં વધારે લાચાર અને ગરીબ માણસને કાંઇક હિસ્સો આપવા તૈયાર નથી, વળી ગમે તે ધર્મ, જાતિ કે પ્રજાના પોતાના મનુષ્યબંધુને ગમે ત્યાં અને ગમે ત્યારે દુઃખી હાલતમાં જુએ ત્યારે તેનું દુઃખ ઓછું કરવાનું ભૂલી જાય છે, અને મનુષ્યના દુઃખનો પોકાર સાંભળી આંખ આડા કાન કરે છે, જે નિર્દોષી મનુષ્યની નિંદા થતી સાંભળે છે, અને તે વખતે જેવી રીતે પોતાનો બચાવ કરે તેવી રીતે તેનો બચાવ કરતો નથી, તે ઉચ્ચ જીવનનો અભ્યાસી હોઇ શકે નહિ.

દિવસ ૫ મો.

ઇશ્વરી આજ્ઞા ઉપર આધાર રાખતી જે ચોક્સ ફરજો આપણે બજાવવાની છે, તે ફરજો જે અદા કરતો નથી તે ભૂલ કરે છે. ફરજ નહિ બજાવવાથી દુઃખ થશે અથવા તે બજાવવાથી તેના

માર્ગમાં આવતી અડચણો દૂર થશે, એવું ધારીને જે ફરજ બજાવે છે, તે ફળની આશાથી કામ કરે છે. ફરજો બજાવવી જોઇએ, કારણ કે તેમ કરવું એ ઈશ્વરી આજ્ઞા છે, અને ઈશ્વર કોઇક વખતે તે છોડી દેવાને પણ આજ્ઞા કરી શકે.

જ્યાં સુધી આપણા સ્વભાવની અસ્થિરતા મટી જઇને શાંતતા પ્રાપ્ત થઇ નથી ત્યાં સુધી આપણે કામ કરવાં, અને આપણાં કામોનું ફળ ઇશ્વરને અર્પણ કરવું અને દરેક સારૂં કામ કરવાની શક્તિ તે ઈશ્વરીજ શક્તિ છે, એમ દૃઢ નિશ્ચય રાખવો. પરમાત્મા સાથેની એકતાથી મળતું સ્વાસ્થ્ય અથવા શાંતિ તેજ ખરૂં જીવન છે.

પરમાત્મા અને જીવાત્માની એકતાનો અનુભવ કોઈ પણ કાર્યથી નહિ પણ જ્ઞાનથી ઉદ્ભવે છે. આ એકતા અનાદિ સત્ય છે. અને તેનો આધાર આપણા કોઇ પણ કાર્ય પર રહેતો નથી. આ અભેદજીવનથી જેટલા આપણે દૂર ભાગીએ છીએ તેટલા આપણે અસત્ય માર્ગ તરફ વળીએ છીએ. આવો અનુભવ તે પણ અમુક કાર્યનું નહિ પણ આપણા ભાનની ખીલવટનું પરિણામ છે. મનુષ્યની મુક્તિનો છેવટનો આધાર જ્ઞાન ઉપર છે. ઉપાધિયુક્ત જીવનમાંથી મુક્ત કરાવવામાં કાર્યોના અસમર્થપણાનો જ્યાં સુધી ખ્યાલ ન આવે, ત્યાં સુધી કાર્યોની ઉપયોગિતા છે. તે પછી પણ તે મનુષ્ય કાર્યો કરે છે, પણ હવેનાં કાર્યો પુષ્પમાથી સુવાસ સ્ફુરે છે, તેમ સ્વાભાવિક રીતે અંતરમાંથી સ્ફુર્યા કરે છે. જેઓ ઈશ્વરી ઇચ્છા પ્રમાણે કામ કરે છે, અને આ કામ કરવાની શક્તિ મનુષ્યની પોતાની નહિં પણ ઈશ્વરની છે, એમ જેઓ માને છે, તેઓ કોઇ પણ કાર્ય કરવાને બંધાયલા નથી; છતાં લોકસંગ્રહાર્થ—જગતનું ચક્ર

ચાલતું રાખવાને જે જે કર્તવ્યો કરવાનાં આવી પડે છે, તે નિષ્કામ બુદ્ધિથી કરે છે.

આમ થતાં તેનું શુદ્ધ હૃદય સત્યથી ઉભરાય છે; અને આત્મા પરમાત્માની એકતાનો અનુભવ થાય છે. મનુષ્ય પોતે કામ કરે છે, એ ખ્યાલ તેણે મનથી દૂર કરવો જોઇએ. કારણકે સઘળાં કામો વસ્તુતઃ આત્મામાંથી નહિ, પણ સત્ત્વ, રજસ અને તમસ નામના પ્રકૃતિના ત્રણ ગુણોથી ઉદ્‌ભવે છે.

દરેક મનુષ્યનો કાર્ય કરવાનો આશય બેમાંથી એક હોય છે. તે કાંતો પિંડને સારૂ કામ કરે છે, અથવા તો તે ઇશ્વર પ્રીત્યર્થ કામ કરે છે. બીજી રીતે કહીએ તો તેવાં કામો કાંતો પોતાના સ્વાર્થને સારૂ હોય છે, અથવા તો સર્વના ભલા માટે હોય છે.

મનુષ્યને કાય કરવાનો હેતુ–આશય શો છે, તે અહીં અગત્યનો છે. જો તે વીરતાનાં અથવા પરમાર્થનાં કામ કરતો હોય, અથવા મનુષ્યનું હિત કરવાને જ્ઞાન મેળવતો હોય, અને આ બધું ક-કરવાથી મને મુક્તિ મળશે, એમ જો તે ધારતો હોય તો તે પોતાનાજ કલ્યાણનો વિચાર કરે છે. અને તેથી તે સર્વ પ્રભુને નહિ પણ પોતાનેજ અર્પણ કરે છે. હજુ પ્રભુને તે કર્મો અર્પણ કરવાનું તેને શીખવાનું છે.

આ સાથે તેણે સ્મરણમાં રાખવું જોઇએ કે પોતે તો કર્મનો કર્તા નહિ પણ માત્ર કર્મનો સાક્ષી છે. જ્યાં સુધી તે દેહ ધારી છે, ત્યાં સુધી આ બાબતમાં શંકા ઉઠવાનો સંભવ છે. અને શંકા ઉઠવાનું કારણ તેનું અજ્ઞાન છે. માટે જ્ઞાન રૂપી તરવાર વડે તે શંકા દૂર કરવી જોઇએ. કારણકે જ્યાં શંકાનો જવાબ મળી ગયો ત્યાં

શંકા દૂર થતી જાય છે. સઘળી શંકાઓ મનુષ્યના ક્ષુદ્ર સ્વભાવમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. તેના ઉચ્ચ સ્વરૂપનેતો શંકા પડતીજ નથી. આઉપરથી જણાય છે કે તે જેમ જેમ વધારે વધારે ભક્તિભાવવાળો થાય છે, તેમ તેમ તેના સત્વ અંશમાં રહેલું જ્ઞાન તે વધારે વધારે જાણતો થાય છે. કહ્યું છે કે "જેનામાં ભક્તિભાવ ખીલતો જાય છે, તેનામાં આત્મજ્ઞાન સ્વાભાવિક રીતે વિકાસ પામતું જાય છે." વળી એમ પણ કહેલું કે "સંશયાત્માને આ દુનિયામાં કે સ્વર્ગમાં કોઇ પણ જગ્યાપર સુખ મળતું નથી તેમજ મોક્ષ મળતો નથી." જે મનુષ્યો એમ વિચારે છે કે આપણામાં આત્મા છે તો પછી આળસુ રહીએ કે સંશયવાળા હોઇએ, છતાં આપણને જ્ઞાન મળશે, અને બીજા મનુષ્યોની સાથે આપણો પણ મોક્ષ થશે, તેમના આ ભૂલ ભરેલા વિચારને દૂર કરવાને કહેલું વાક્ય લખવામાં આવ્યું છે.

પવિત્ર વસ્તુઓનું ધ્યાન કરવું, આપણું દરરોજનું જીવન અને કાર્યો તે પ્રમાણે દોરવવાં, તેઓનો પ્રભાવ આપણા પર પડે, આપણું જીવન વધારે સારૂં અને ઉમદા બને, અને તે બાબતનું કાંઇક અનુભવ જ્ઞાન આપણને પ્રાપ્ત થાય એવી દૃઢ ઇચ્છા કરવી તેજ સારામાં સારી પ્રાર્થના છે. સર્વ વસ્તુઓ પરમાત્માથી ઉદ્ભવી છે, એ વિચારની સાથે આ ઉપર જણાવેલા વિચારોને વણી લેવા જોઇએ.

આધ્યાત્મિક વિકાસ એકાગ્રતાથી ઉત્પન્ન થાય છે. તે એકાગ્રતા ઉપયોગી થાય માટે દરરોજ અને દરપળે તે કેળવવી જોઇએ. મનને બહારના વિષયો તરફ જતું રોકવું તેનું નામ ધ્યાન છે. અને અમુક સાધ્યબિન્દુ પ્રાપ્ત કરવાને સમગ્ર જીવન અર્પણ કરવું તેનું નામ એકાગ્રતા છે.

દાખલા તરીકે પુત્રવત્સલ માતા પોતાના બાળકનું હિત વાંછે છે. અને તે પણ બીજી બધી વસ્તુઓ કરતાં તે બાળકના હિતના દરેક સવાલનો વિશેષ વિચાર કરે છે. તે આખો દિવસ તે બાળકના અનેક પ્રકારના હિતનો વિચાર કરતી જ હોય છે. વિચારમાં પોતાના જેવાજ વિચારો ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય રહેલું છે.અને જ્યારે મનમાં એકજ વિચાર લાંબો કાળ રાખવામાં આવે છે,ત્યારે મન તે વિચારથી રંગાય છે, તે વિચારોને લગતા સઘળા મુદ્દાઓ તેના મનમાં ઉત્પન્ન થાય છે. માટે જે વસ્તુનું સતત ધ્યાન કરવામાં આવે તે વસ્તુને તે ચિંતન કરનાર મેળવી શકે છે. શ્રી કૃષ્ણના શબ્દોનું રહસ્ય ઉપરના ખુલાસામાં આવી જાય છે. "તારૂં મન મારા પર સ્થિર કર, મારો ભક્ત થા, મારાજ ઉપર આધાર રાખ. અને જરૂર તું મને પામીશ.' જીંદગી એ મોરો ગુરૂ છે. જીંદગી એ જીવાત્માનું પ્રકટ સ્વરૂપ છે. માટે બધા માર્ગો ઉચિત જ છે, અને તે ભક્તિભાવ રૂપી સાધ્ય મેળવવાનાં બધાં સાધનો છે.'કાર્યમાં વિજય મેળવવો' એનું નામ ભક્તિ, એમ ભગવદ્ગીતા જણાવે છે. અતીંદ્રિય શક્તિઓ અથવા સિદ્ધિઓ જેમ જેમ ખીલતી જાય, તેમ તેમ તેનો ઉપયોગ કરવો જોઇએ. કારણ કે તે પણ અમુક નિયમોનું આપણને જ્ઞાન આપે છે. પણ તેને હદબહાર મહત્ત્વની ગણવી નહિ; અને તેમાંથી નીપજતા હાનિકારક પરિણામથી ચેતતા રહેવું જોઇએ.

કોઈ મનુષ્યે પર્વતના શિખરપર જવાનું નક્કી કર્યું હોય અને તે રસ્તામાં આવતું પહેલુંજ. સ્ટેશન જોવાથી સંતોષ પામે અને ફુલાઇ જાય, તેના જેવી સ્થિતિ સિદ્ધિઓ ઉપર વિશ્વાસ રાખનાર મનુષ્યની થાય છે.

દિવસ ૬ ઠો.

મનુષ્યને તેના પોતાના સિવાય બહારની કોઇ પણ શક્તિ તારી શકે નહિ, એ એક શાશ્વત નિયમ છે. જો આ બની શકતું હોતતો કોઇ ફીરસ્તો ક્યારનોએ પૃથ્વીપર આવ્યો હોત, દિવ્ય સત્યો જણાવ્યા હોત અને આધ્યાત્મિક શક્તિઓ બતાવી મનુષ્યને અનેક બાબતો સાબીત કરી આપી હોત. જેમ શરીરથી પાપકર્મ થાય છે, તેમ મનથી પણ પાપકર્મ થઈ શકે છે. જે કોઇપણ કારણસર બીજાને ધિક્કારે છે, વેર લેવાનું જેને ગમે છે, અને પોતાને થયેલા નુકશાનની જે ક્ષમા આપતો નથી, તેનામાં કોઇ જાણે નહિ છતાં મારવાની પ્રબળ વૃત્તિ છે. જે ખોટી માન્યતાઓને માન આપે છે, અને જે કોઇ પણ સંસ્થાના આદેશથી પોતાના અંતઃકરણના અવાજને દાબી દે છે, તે પોતાના દિવ્ય આત્માનું અપમાન કરે છે; અને તેથી કોઇ પણ પ્રકારના સોગન નહિ ખાવા છતાં તે ઈશ્વરનો ખોટો ઉપાસક છે; જે ઇન્દ્રિયોનાં સુખોને વાંછેછે, અને તેમાં રસ લે છે, તે કુંવારો હોય છતાં તે ખરો વિષયી છે. જે મનુષ્ય ડહાપણ ભરેલી રીતે આપી શકાય તેવો પ્રકાશ બીજાને આપતો નથી, તેમનું કલ્યાણ કરતો નથી, તેમને સાહાય્ય આપતો નથી, પણ જે પોતાને માટે સ્થૂલ સાધનો એકઠાંજ કર્યાં કરે છે, તેજ ખરો ચોર છે. અને જે મનુષ્ય બીજાના ચારિત્રરૂપી કીંમતી ખજાનાને નિંદાથી અથવા તો ખોટી બાબતો જણાવીને ચોરે છે, તે પણ અધમમાં અધમ ચોર છે.

જો મનુષ્યો પોતાના અંતઃકરણ સાથે પ્રમાણિક રહે અને બીજાઓ તરફ માયાળુ વૃત્તિથી વર્તે તો જીવનની કીંમત કાંઇક જુદી જ આંકવામાં આવે અને વસ્તુઓનું સ્વરૂપ જુદું જ લાગે.

વિચારોને ખીલવો. તમારા આત્માના પૂર્ણ બળથી બહારના ભમતા વિચારોને તમારા મનમાં આવતાં અટકાવો. જે વિચારોથી વિષયોની અસારતા, જીવનનું ક્ષણિકપણું અને આંતર સૃષ્ટિની શાંતિનો અનુભવ થાય તે સિવાયના બીજા વિચારોને મનમાં પ્રવેશ થવા દેશો નહિ. તમારી સઘળી પરિસ્થિતિ અને હુંપણાની અનિત્યતા અને અસારતા ઉપર રાત્રિદિન ચિંતન કરો. અશુભ વિચાર કરતાં નિરૂપયોગી અને નજીવા વિચારો એકદષ્ટિએ વધારે નુકશાનકારક નીવડે છે. કારણ કે ખરાબ વિચાર આવતાંની સાથે તમે સાવધ બનો છો, અને તેની સાથે લડવાનો અને તેનાપર વિજય મેળવવાનો નિશ્ચય કરેલો હોવાથી તે નિશ્ચયના બળથી ઇચ્છાશક્તિ વધારે મજબુત બનતી જાય છે. ત્યારે નકામા વિચારથી એકાગ્રતામાં ખામી આવે છે, અને શક્તિનો નિરર્થક વ્યય થાય છે.

શરીર અને તમે એક છો, એ ભ્રમ સૌથી પહેલો નાશ કરવો ઘટે છે. શરીર એ થોડા સમયને સારૂ રહેવા લાયક ઘર કરતાં કાંઇ વધારે મહત્ત્વનું નથી, એવો વિચાર શરીર સંબંધી કર્યા કરો. અને પછી તમે શરીરના વિકારોને વશ થશો નહિ. અમુક પ્રકારનો વિકાર જે વિચારથી નાશ થાય તે વિચાર કેળવીને તમારા સ્વભાવની નિર્બળતાઓ જીતવાને સતત પ્રયત્ન કર્યા કરો. આ રીતે જય મેળવતાં પ્રથમ ચિત્તમાં એક પ્રકારની શૂન્યતાનો અનુભવ થશે. પણ તેથી બ્હીતા નહિ. પણ આ સ્થિતિને આનંદરૂપ સૂર્યના ઉદયને સૂચવનાર અરુણોદય રૂપ ગણજો. દિલગીરી એ કાંઇ અશુભ ચિન્હ નથી. માટે તેવે સમયે બબડતા નહિ. જે એકવાર દુઃખ અને અડચણ રૂપ લાગે છે, તે જો તમે તેનો બરાબર ઉપયોગ કરી જાણો તો તે ખરેખર કુદરતના તમને મદદ કરવાના છુપા પ્રયત્નો હોય છે. સઘળા સંયોગો તરફ શિષ્યના જેવી આભાર વૃત્તિથી જુઓ.

સર્વ પ્રકારનો બડબડાટ તે ઉન્નતિના નિયમ વિરૂદ્ધનો બખેડો છે. જે દુઃખ આવ્યું નથી, તે ન આવે તેટલોજ વિચાર કરવાનો છે. થયું ન થયું થવાનું નથી. તેમાં ફેરફાર થઇ શકે નહિ. જે હાલના અનુભવને લગતું છે, તેનો પણ ત્યાગ થઇ શકતો નથી અને તેમ કરવાનો પ્રયાસ કરવો એ ઉચિત પણ નથી. પણ ખરી રીતે ત્યાગ કરવા યોગ્ય ખોટી કલ્પનાઓ અને ભવિષ્યનો ભય છે, અને જેથી આપણને તથા બીજાને હાલમાં કે ભવિષ્યમાં દુઃખ થાય તેવું કાર્ય અથવા લાગણી એ પણ ત્યાગ કરવા યોગ્ય છે.

દિવસ ૭ મો.

અમુક ઉચ્ચ આદર્શ મેળવવાને પ્રયત્ન કરવો અને તેને અનુસરીને પોતાના વિચારો તથા આચારો રાખવા, અને બને તેટલું ઉત્તમ જીવન ગાળવું તેના કરતાં વધારે સારૂં કાંઈ નથી.

આદર્શરૂપ હોવાનો ડોળ ઘાલવા કરતાં તેવા થવાને જો કોઇ પ્રયત્ન કરે, તો નિરંતર તે પોતાના આદર્શની સમીપ આવ્યા વિના રહેજ નહિ. આવી સ્થિતિ અડચણોમાં થઇ પસાર થયા વિના મળી શકે નહિ. અને આ રીતે જે ઉન્નતિ થશે, તેનાથી તે મગરૂર થશે નહિ. કારણ કે જો તેની ભાવના ઉચ્ચ હોય, અને તે તરફનું તેનું પ્રયાણ ખરૂં હોય, તો તે અભિમાની થવાને બદલે વધારે નમ્ર થશે. એથી પણ વધારે આગળ વધવાના સંભવથી અને તેની આગળ જણાતા ઉચ્ચ ભુવનોના ખ્યાલથી તેના ઉત્સાહનો ભંગ થતો નથી, પણ તેનું અભિમાન નાશ થાય છે. મનુષ્યની આ પ્રમાણે ઉન્નતિ થઇ શકે છે, એ વિચારથી તો તેનો કંટાળો ઉડી જાય છે. અને બેદરકારી મટી તે ઉત્સાહી બને છે. જ્યારે આ રીતે જીવનનો ઉદ્દેશ સ-

મળાય છે, અને અદ્ભુત પ્રસંગોની કીંમત સમજવામાં આવે છે, ત્યારે જીંદગી જીવવા યોગ્ય બને છે. વિચારમાં અને આચારમાં પરમાર્થ વૃત્તિ ખીલવવાથી ઉચ્ચ સ્થિતિની પ્રાપ્તિ સીધી અને ચોક્કસ રીતે થાય છે. સ્વાર્થી મનુષ્યોની દૃષ્ટિ બહુજ સંકુચિત હોય છે, અને તે દરેક બાબતને પોતાના સ્વાર્થના ત્રાજવાથી તોલે છે. આ પ્રમાણે સ્વાર્થની મર્યાદાથી બંધાએલા આત્મા માટે ઉચ્ચ ભાવના સમજવી અથવાતો જીવનની ઉચ્ચદશાઓનો અનુભવ કરવો મુશ્કેલ છે. આ ઉન્નતિનાં સાધનો આપણી બહાર નહિ પણ અંદર રહેલાં છે. અને સુભાગ્યે તે સાધનો બાહ્ય સંયોગો અથવા પરિસ્થિતિપર આધાર રાખતાં નથી. આ પ્રમાણે એક સ્થિતિમાંથી આગળની સ્થિતિમાં જવાને દરેકને તક આપવામાં આવે છે; અને આ રીતે જીવનનો ઉદ્દેશ સિદ્ધ કરવામાં કુદરતની સાથે કામ કરી શકે છે.

જીવનનો હેતુ આપણા ઐહિક જીવનને સંતોષવાનો છે, આ દેહને સુખમાં રાખવાનો છે, અને દુનિયાની વસ્તુઓથી ઉંચામાં ઉંચુ સુખ મળી શકે છે, એમ જો આપણે માનીએ તો આ માન્યતાથી હલકા તત્ત્વને આપણે ઉચ્ચ ગણીએ છીએ. આપણા શરીરોને લઇને આપણી જીંદગી દુનિયાની વસ્તુઓમાંજ મગ્ન રહે છે. આપણે 'પૃથ્વીના કીડા' જેવા છીએ, કારણ કે આપણી બધી વાસનાઓ મોટે ભાગે પૃથ્વીના પદાર્થોને લગતી હોય છે; જો આપણે ઉન્નતિનો એવો માર્ગ સ્વીકારીએ કે જેથી આપણે સ્થૂલ પદાર્થોપર ઓછી આસક્તિ રાખીએ અને ઉચ્ચ પદાર્થો તરફ વધારે પ્રીતિ રાખીએ તો જગતની સ્થિતિ કાંઇક જુદીજ થવા લાગશે. જે વસ્તુઓ હાલ જરૂરની અને ઉપયોગી લાગે છે, તે તેવી રહેશે નહિ. જો આપણે આપણું ભાન વિચાર જેવી ઝડપથી દુનિયાના એક ભાગમાંથી બીજા ભાગમાં મોકલી શકીએ તો પછી હાલનાં સાધનો (જેવાંકે પોસ્ટ)ની જરૂર

રહેશે નહિ. જેમ આપણે દુનિયાના વિષયોમાં વધારે ગરક થતા જઇએ છીએ તેમ વધારે સુખનાં સાધનોની આપણને જરૂર પડે છે. મનુષ્યનો જીવ સ્વરૂપે જડ નથી પણ ઇશ્વર છે, અને પ્રકૃતિના બંધનો તેને નડી શકે નહી. ત્યારે જીવનની ખરી જરૂરીઆતો શી છે? કઇ વસ્તુને જરૂરની ગણવી અને કઇને નહિ એ આપણી ભાવનાપર આ પ્રશ્નનો આધાર છે; હાલમાં આગગાડી, આગબોટો એ જરૂરનાં સાધનો છે, અને તે છતાં કરોડો મનુષ્યો તેમની ગેરહાજરીમાં લાંબા વખત સુધી સુખી સ્થિતિમાં રહ્યા છે, અને તેમને તે બાબતોની કાંઇ ખબર પણ નહોતી. એક મનુષ્યને બાર બંગલાઓ પણ જરૂરના અને આવશ્યક લાગે, બીજાને મોટર વિના ચાલે નહિ, ત્રીજાને એક દિવસની ૨૫ સીગારેટ જરૂરની લાગે, પણ આ બધી જરૂઆતો માણસે પોતે ઉભી કરી છે.

આ સુખની સામગ્રીવાળી સ્થિતિ તેને પ્રિય લાગે છે, તેમાં રહેવું તેને ગમે છે, અને તે વધારે ઉચ્ચસ્થિતિને ઇચ્છતો નથી. આથી તેનો વિકાસ થવાને બદલે તેની ઉન્નતિ ઘણીવાર અટકી પડે છે. જો આપણી ભાવના આત્મિક દૃષ્ટિએ આગળ વધવાની હોય તો કોઇ પણ સ્થૂલ વસ્તુ વિના નજ ચાલે, એમ બનવું જોઇએ નહિ. ઐહિક સુખની વૃદ્ધિ કરવાની ઇચ્છા, તેનેજ વાસ્તે વિચાર શક્તિનો મિથ્યા વ્યય—આ બેથી મનુષ્ય આગળ વધતો અટકે છે.

તમારી અંદર રહેલા આત્માનો છેવટે વિજય થવાનો છે અને તેનો વિજય કોઈ પણ રીતે આખરે નિષ્ફળ થશે નહિ, એ બાબતમાં દૃઢ શ્રદ્ધા રાખો.

સેવાધર્મની ભાવના.

મન્દાક્રાન્તા છંદ.

ચાલો મિત્રો ! પરહિતતણું કામ આજે કરીશું,
દુઃખી જે જે નજર પડતાં, દુઃખ તેનાં હરીશું;
શાન્તિ દેવા જિગરબળથી સ્વાર્થનો ભોગ આપી,
રૂઝાવીશું હૃદય વ્રણુને દુઃખના હેતુ ટાળી. ૧
આંસુડાં જે નયન ઝરતાં લુછીશું નિજ હસ્તે,
સિંચીશું ત્યાં પ્રણય ભળની વારિ ધારાજ પ્રીતે;
શોકે ડુબ્યું વદન નિરખી શાન્તિ તેને દઇશું,
નિમિત્તે જે ઉદ્ભવ થયો નાશ તેનો કરીશું. ૨
અજ્ઞાનીના તિમિર પટનો ભંગ કરવા નિમિત્તે,
વિદ્યાનાં જે પ્રબળ કિરણો ફેંકીશું શુદ્ધ ચિત્તે;
દેખી જીવો બળહીન જગે પીરીશું વીર્ય ખંતે,
જેથી તેઓ ધીરજ ધરીને ચાલશે યોગ્ય પંથે. ૩
લોકોમાંહે નિરખી અશુચિ દ્વેષ તો ના ધરીશું,
દૃષ્ટાંતેથી શિખવી શુચિતા મેલ જલ્દી હરીશું;
જ્યાં જ્યાં જેવી જરૂર પડતી સેવનાની અમારી,
ત્યાં ત્યાં તેવી અમ હૃદયતો આપશે સેવ ભારી. ૪
'સેવા,' 'સેવા,' અવનીતલમાં ધર્મ બીજો ન જાણું,
સેવા ! સેવા ! રટણ કરીને કાર્યમાં તેજ આણું;
સેવાનો તો વિકટ પથ છે તોય તેને ગ્રહીશું,
પ્રાણિસેવા કરી સુગુરુના માર્ગમાં વિચરીશું.

મણિલાલ ન. દોશી.

આ લેખકનાં બીજાં ઉપયોગી પુસ્તકો.

ગુરૂદર્શન. ...	૦—૬—૦	પૂર્વના તારાનું મંડળ	૦—૧—૦
શ્રી બુદ્ધ ચરિત્ર ...	૦—૧૦—૦	સેવાનો માર્ગ ...	૦—૧—૦
શ્રી બુદ્ધોપદેશ ...	૦—૬—૦	મહાત્માનું હૃદય ...	૦—૧—૦
થિઓસોફીનાં મૂળતત્ત્વો	૦—૫—૦	જૈન ધર્મ ...	૦—૧—૦
પ્રભુને નામે ...	૦—૩—૦	શાંતિનું સ્થળ ...	૦—૧—૦
આદર્શ પુરૂષ ...	૦—૬—૦	ચારિત્ર રચના ...	૦—૧—૬
જ્ઞાનદીપક ...	૦—૩—૦	સુખની શોધ ...	૦—૧—૦
મહાન્ ગુરૂનો પ્રસાદ	૦—૨—૦	મરણ પાછળ રડનારને સંબોધન ...	૦—૧—૬
શ્રી કેળવણી ...	૦—૨—૦	થિઓસોફી અને કેળવણી	૦—૨—૦
પ્રભુમય જીવન ...	૦—૧૨—૦	થિઓસોફી લેખમાળા પ્રથમ ભાગ.	૧—૦—૦
યોગ માર્ગનો ભોમીઓ	૦—૧—૦	અર્હન્નીતિ ...	૧—૮—૦
મનુષ્યનું ભવિષ્ય પોતાના હાથમાં ...	૦—૧—૦	ધર્મ બિન્દુ ...	૨—૦—૦
મરણ પછીની સ્થિતિ.	૦—૧—૦	આત્મપ્રદીપ ...	૦—૮—૦
જગદ્‌ગુરુનું આગમન	૦—૧—૦		

મળવાનું ઠેકાણું,

મણિલાલ ન. દોશી.

રતનપોળ—અમદાવાદ.

